Ario アリオ上田

老若男女問わず
どなたでも
当日参加OK!

参加無料

大切なのは
どれだけ歩くか ではなく
どう歩くか。

モールウォーキング教室

天候に左右されず、安心安全＆快適なアリオモール館内で
気軽にウォーキングを始めてみませんか？
チェックポイントを通過し、1周 約1,000mのコースを歩きます。

2025年度 定期開催決定!!

今後のイベント予定

開催日	指導者
2025年 4月 15日(火)	NPO法人 クラブUSC
6月 11日(水)	NPO法人 さなだスポーツクラブ
8月 26日(火)	NPO法人 ミックスポーツクラブ
10月 14日(火)	NPO法人 クラブUSC
12月 10日(水)	NPO法人 さなだスポーツクラブ
2026年 2月 10日(火)	NPO法人 ミックスポーツクラブ

～ 皆様へお願い ～
○ スニーカーと動きやすい服装でご参加ください。　○ 更衣室はございませんので、各自でご準備をお願いいたします。
○ 貴重品・荷物の管理は各自で行ってください。　○ ご自身の体調や周りのお客様には十分ご注意ください。
○ モールウォーキングにおける事故は責任を負いかねますのでご了承ください。

時 間 午前10時30分～(1時間程度)
場 所 2階 上田市インフォメーションコーナー

イベントの詳細は
館内ポスターを
ご確認くださいませ

※アリオ上田 館内改装期間中は、ウォーキングコースが毎回変更となる可能性がございます。あらかじめご了承くださいませ。